మేలుకొలుపు

(మనసైన పిలుపు - మంగళ మలపు)





సుందర చైతన్యాశ్రమం

హైదరాబాద్ - 500 043

గీతం - గాత్రం - సంగీతం

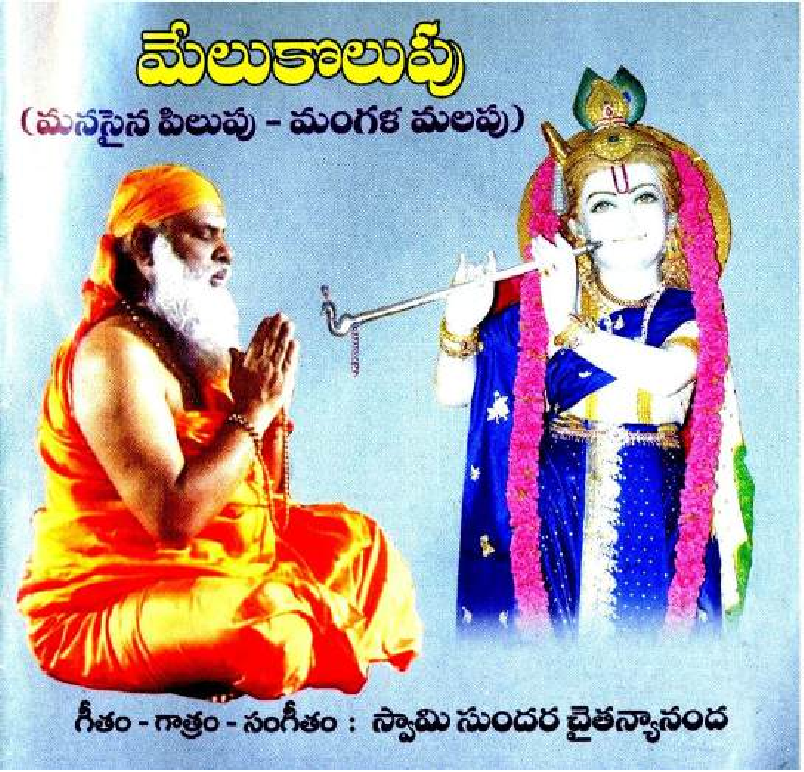
స్వామి సుందర చైతన్యానంద

మేలుకొలుపు

(మనసైన పిలుపు - మంగళ మలపు)



గీతం - గాత్రం - సంగీతం : స్వామి సుందర చైతన్యానంద



మేలుకొలుపు

సద్గురు ప్రాతఃస్మరణం

శ్లో ॥ శ్రీమత్పరం బ్రహ్మ గురుం స్మరామి
శ్రీమత్పరం బ్రహ్మ గురుం భజామి ।
శ్రీమత్పరం బ్రహ్మ గురుం వదామి
శ్రీమత్పరం బ్రహ్మ గురుం నమామి ॥

జ్ఞానరూపుడు, పరబ్రహ్మ స్వరూపుడు అయిన గురుదేవుని స్మరించుచున్నాను. జ్ఞానరూపుడు, పరబ్రహ్మ స్వరూపుడు అయిన గురుదేవుని భజించుచున్నాను. జ్ఞానరూపుడు, పరబ్రహ్మ స్వరూపుడు అయిన గురుదేవుని పలుకుచున్నాను. జ్ఞానరూపుడు, పరబ్రహ్మ స్వరూపుడు అయిన గురుదేవుని నమస్కరించుచున్నాను.

శ్రీ శివ ప్రాతఃస్మరణం

శ్లో ॥ ప్రాతః స్మరామి భవభీతి హరం సురేశం
గంగాధరం వృషభవాహన మంబికేశమ్ ।
ఖట్వాంగ శూల వరదాభయహస్త మీశం
సంసార రోగ హర మౌషధ మద్వితీయమ్ ॥

సంసార భయమును నిర్మూలించే దేవదేవుడు, గంగాధరుడు, నందివాహనుడు, పార్వతీనాథుడు, శూలమును ఒక చేతిలో, అక్షయ పాత్రను మరొక చేతిలో ధరించి, ఒక చేతితో అభయ ప్రదానం చేస్తూ, మరొక చేతితో వరములిచ్చే ప్రభువు, భవరోగమును నివారించే దివ్యౌషధమైన అద్వయరూప శివుని ప్రాతఃకాలమున స్మరించుచున్నాను.

శ్రీరామ ప్రాతఃస్మరణం

శ్లో ॥ ప్రాతఃస్మరామి రఘునాథ ముఖారవిందం
మందస్మితం మధురభాషి విశాల ఫాలమ్ ।
కర్ణావలంబి చల కుండల శోభిగండం
కర్ణాంత దీర్ఘనయనం నయనాభిరామమ్ ॥

మందహాసమును చిందించునది, తియ్యని పలుకులను కలది, విశాలమైన నుదురు కలది, కుండలములచే శోభించు వీనులు కలది, ప్రకాశవంతమైన చెక్కిళ్ళు కలది, విశాలమగు నేత్రములు కలది, నేత్రానందమును ప్రసాదించునది అగు శ్రీరామచంద్రుని ముఖకమలమును ప్రాతః కాలమున స్మరించుచున్నాను.

శ్రీకృష్ణ ప్రాతఃస్మరణం

శ్లో ॥ ప్రాతః స్మరామి దధిఘోష వినీత నిద్రం
నిద్రావసాన రమణీయ ముఖారవిందమ్ ।
హృద్యానవద్య వపుషం నయనాభిరామం
ఉన్నిద్ర పద్మనయనం నవనీత చోరమ్ ॥

పెరుగు చిలుకు చప్పుళ్ళకు నిద్ర లేచి, ఆ నిదుర మబ్బులో మొగము మరింత అందమై, పద్మ సౌందర్యముతో శోభించగా, మనోజ్ఞమై, నిర్దోషమైన శరీరము కలవాడు, కన్నులకు మనోహరంగా గోచరించువాడు, వికసించిన కమలదళ నేత్రుడు అగు వెన్నదొంగ శ్రీకృష్ణుని ప్రాతః కాలమున స్మరించు చున్నాను.

కేశవ నామాలతో మేలుకొలుపు

రచన : స్వామి సుందర చైతన్యానంద

1. కేశవ! యని నిన్ను నోరార భక్తులు
కీర్తించు చున్నారు మేలుకో!
దేవకీనందన దానవ భంజన
వందన మిదె స్వామీ మేలుకో! . . . . . కృష్ణా, ఏలుకో! . . . .

2. **నారాయణ!** నరులు కరములు జోడించి
వరము లంటున్నారు మేలుకో!
వైకుంఠ మాధవ! గోకుల యాదవ!
నారద సన్నుత మేలుకో! . . . . .   కృష్ణా, ఏలుకో! . .

3. **మాధవ!** యని నిన్ను మహితాత్ము లందరు
స్తుతియించు చున్నారు మేలుకో!
మాయలు మసి చేసి మహిమను దర్శింప
గరుడ గమన వేగ మేలుకో! . . . . .   కృష్ణా, ఏలుకో! . . . .

4. **గోవింద!** యని నిన్ను ఆనందముగ మేము
అర్చించు చున్నాము మేలుకో!
గోపాల బాలక! గోపీ జనప్రియ!
గోవర్ధనోద్ధార! మేలుకో! . . . . .   కృష్ణా, ఏలుకో! . .

5. **విష్ణుదేవుడ!** నీవు వైకుంఠమును వీడి
మా ఇంట కొలువుండ మేలుకో!
సిరులు లేవు మాకు సురులు కాము మేము
వరములు కోరము మేలుకో! . . . . .   కృష్ణా, ఏలుకో! . . . .

6. **మధుసూదన!** అంటూ మంచి తెలిసిన మనసు
మారాము చేస్తోంది మేలుకో!
చిరునవ్వు లొలుకుచు వెన్నెలలు చిందించే
మా జీవన జాబిల్లి మేలుకో! . . . . .   కృష్ణా, ఏలుకో! . . . .

7. **త్రివిక్రమ!** ఇది ఏమి పరాక్రమము?
ఆక్రోశ మెందుకు? మేలుకో!
సక్రమ మార్గాన మమ్ముల నడుపుటకు
చక్రధారి! వేగ మేలుకో! . . . . .   కృష్ణా, ఏలుకో! . .

8. **వామన!** మన తన వదలిన మా పైన
కరుణను వర్షింప మేలుకో!
మునిజన వందిత వసుదేవ నందన
మురళి మనోహర మేలుకో! . . .   కృష్ణా, ఏలుకో! . . . .

9. **శ్రీధర!** సుకుమార! ఇకనైన మేలుకోరా!
అపవాదు లెందుకు మేలుకో!
ఇలలో శ్రీపతు లెల్ల కల లోనే ఉంటారు
జగ మెరిగిన నా స్వామీ మేలుకో! . . . . కృష్ణా, ఏలుకో!

10. హృషీకేశ! నిన్ను వర్ణించుటకు మాకు
భాష లేదు తండ్రీ! మేలుకో!
ఋషి బిడ్డలము మేము దోషము లెరుగము
పోషించుటకు మమ్ము మేలుకో! ..... కృష్ణా, ఏలుకో! ...

11. పద్మనాభ! పది కాలాల భక్తిని
పట్టించుటకు మాకు మేలుకో!
వట్టి చేతుల తోనే మూరేసే వారము
గట్టి జ్ఞానము నివ్వ మేలుకో!..... కృష్ణా, ఏలుకో!

12. దామోదర! దేవ దానవుల నడుమ
మగువై కులికిన స్వామీ మేలుకో!
మంచి చెడుల మధ్య మునుగుచు నున్నాము
మమ్ముద్ధరించుటకు మేలుకో! ..... కృష్ణా, ఏలుకో! ...

13. సంకర్షణ! మాకు సంఘర్షణే గాని
సంతృప్తి తెలియదు మేలుకో!
సంతస మొసగేటి చల్లని నా స్వామి
పంత మేల? దేవా! మేలుకో! .... కృష్ణా, ఏలుకో! .

14. వాసుదేవ! మాలో వసియింపగ రావా!
వాస్తవమును తెలుప మేలుకో!
వలపుల రాయుడ! వసుమతి వల్లభ!
వాగ్దేవి సన్నుత మేలుకో! .... కృష్ణా, ఏలుకో! ...

15. ప్రద్యుమ్న! యని నీ పావన చరితము
పఠియించు చున్నాము మేలుకో!
దధి చిలికే వేళాయె దొరతనము నీదాయె
దొంతరలు దించుటకు మేలుకో! .... కృష్ణా, ఏలుకో!

16. అనిరుద్ధ! మా వద్ద భక్తి ఒక్కటె గాని
సిరిసంపదలు లేవు మేలుకో!
వరించితిమి నిన్ను తరియింప జేయవా
సిరి గల దేవుడ మేలుకో! ..... కృష్ణా, ఏలుకో!....

17. పురుషోత్తమ! నీవు వేషములు మానేసి
తోషము లాలికింప మేలుకో!
అన్నెము పున్నెము నెరుగని వారము
ఉన్నాము నీ కొరకు మేలుకో! ..... కృష్ణా, ఏలుకో!

18. అధోక్షజ! నిన్ను వీక్షించలేని మా
అక్షిని సరిజేయ మేలుకో!
పద్మనిభేక్షణ మాది నిరీక్షణ
క్షణమైన మరువము మేలుకో! ..... కృష్ణా, ఏలుకో! ...

19. నారసింహా! నీ ప్రేమ అపారము
మేము నీ వారము మేలుకో!
ఓంకార దేవుడ! ఘీంకార రూపుని
గట్టెక్కించితి వయ్య, మేలుకో! .... కృష్ణా, ఏలుకో!

20. అచ్యుత! ఆనంద! దివ్య పరమానంద!
అర్కుడొస్తున్నాడు మేలుకో!
మిత్రవంశ తిలక! సుగ్రీవ ప్రియ మిత్ర
రవి చంద్రవర నేత్ర, మేలుకో! ... కృష్ణా, ఏలుకో! ...

21. జనార్దన! నీవే జీవనము మాకంటూ
జనులు మూగున్నారు మేలుకో!
జన కళ్యాణము చేయ జాగేల నా స్వామీ
జగ న్నివాసుడ మేలుకో! ..... కృష్ణా, ఏలుకో! ..

22. ఉపేంద్ర! నీ కొరకు నిరుపేద లందరు
నింగి చూస్తున్నారు మేలుకో!
సిరి లేని వారిని పురిపెట్టు చున్నారు
కరి వరద! సరి జేయ మేలుకో! ..... కృష్ణా, ఏలుకో! ...

23. హరి! యను వారినే సిరి కనికరించును
మరి మరి పిలిచెద మేలుకో!
చేరి భజించెద జారిన బ్రతుకును
దరి జేర్చుటకు నీవు మేలుకో! .... కృష్ణా, ఏలుకో!

24. శ్రీకృష్ణ! అనగానే తృష్ణను హరియించు
సుతపుని తనయుడ మేలుకో!
విష్ణుదేవుడ వయ్యా! వాసుదేవ స్వామి
వర్ణించలే మయ్యా! మేలుకో! ..... కృష్ణా, ఏలుకో!....

25. కేశవ నామాల మేలుకొలుపులు పాడ
ఆశలు తొలగును మేలుకో!
పాశములు త్రెంచేటి కేశవుని కృప కలుగు
సిద్ధించు కైవల్యం మేలుకో! .... కృష్ణా, ఏలుకో! ..

నా మాట

ఎన్నో మంచి మంచి ఆలోచనలతో, అలవాట్లతో ఒక మంచి జీవితం తయారవుతుంది. ఏ ఒక్క మంచి గాడిలోను ఒదిగి నడవలేని బ్రతుకు తెగిన గాలిపట మవుతుందంటే అతిశయోక్తి కాదేమో!

ఒకనాడు, మొదటి మాటకు భారతదేశం ఒక నమూనా. రెండవ పలుకుకు పాశ్చాత్య దేశాలు కార్ఖానా. నేటికీ రెండవ జాతిలో మార్పు ఏదీ లేదు. మొదటి జాతి చాలా పెద్దగా మారిపోయింది. చావుదెబ్బ తిని చతికిలబడింది. కారణాలను అన్వేషించే వృథా ప్రయాసకు ఇది సమయం కాదు. సరిచేసే ప్రయత్న మొక్కటే సరి అయినది. దీపం వెలిగించే కార్యమే సిరులను ఒలికిస్తుంది.

పువ్వు పుట్టగానే పరిమళం. ఉదయ భానునితో ప్రకాశం. పునాదిపై ఆధారపడి భవనం శోభిస్తుంది. ఉషఃకాలంపై ఆధారపడి బ్రతుకు భాసిస్తుంది.

మన సంస్కృతిలో, పూర్వం ప్రతి ఉషోదయం ఒక కళ్యాణ సందడి. ప్రతి పరిసరం పచ్చతోరణాల అంగడి.

అరుణోదయానికి ముందు నిద్ర లేవటం, సర్ సర్ మంటూ ఇళ్ళు చిమ్ముతున్న చప్పుళ్ళు, తాటాకు చప్పుళ్ళలా కళ్ళాపి శబ్దాలు, బావి గిలకల గలగలలు, రంగవల్లులు తీర్చే పడచులు, అంబా అంటూ గోవత్సములు, అచ్యుతా అంటూ హరిదాసులు, తులసిమాతకు ప్రదక్షిణ చేసే సుమంగళులు, నదీ స్నాన మాచరించి దర్భలు చేత బట్టుకొని ఇంటికి వస్తున్న యజమానులు,

ఇలా నెమరు వేసుకుంటూ ఉంటే, చిన్ననాడు మనము చూచినవే అయినా, అవి నిజమేనా! అనే ఆలోచన కలగక పోదు నేడు.

కాలమార్పుల్ని అంగీకరించక పోవడం ఒక దౌర్బల్యం. అలాగని, కాంతుల్ని ఆవిష్కరించుకొనే ప్రయత్నం చేయక పోవడం దురదృష్టం.

మంచి అలవాట్లతో, ఆచారాలతో, ఆలోచనలతో ఉదయాలను ఆనందంగా గడపలేని మానవుల అశక్తతే ఈ రోజు సమాజంలో సాగుతున్న దమనకాండకు ఊపునిచ్చింది, ఊత నిచ్చింది. ఊపిరి పోసింది.

చెడిపోయింది అని గొంతు చించుకునేవారే అందరు. చెడగొట్టింది ఎవరని ఆలోచించగలిగే వారెందరు? చెడిన కార్యంలో తమ వంతు ఉందో లేదో పరిశీలించే వారెందరు? పని కట్టుకొని పరీక్షించి సరిదిద్దుకొనే వారెందరు? ఈ జనాభా లెక్కలు ఇప్పుడు అవసరమా? అఖిలాంధ్ర దేశంలో నాలుగు దశాబ్దాలుగా అలుపెరుగని సేవ లందించిన అదృష్టం మన సంస్థను వరించింది. ఋషుల పాదాలు పడిన నేలపై పారాడిన పుణ్యం మనది. సత్సంప్రదాయాలతో పెద్దల అడుగులలో పెరిగిన భాగ్యం మనది.

దుర్భర బాధల వలయాలను ఛేదించుకుంటూ అభిమన్యుని పోరాట పటిమతో బోధలు పంచిన జీవితాలు మనవి. ఎందరో సంస్కారుల హృదయాలలో నిర్మల భక్తిని, వేదాంత స్ఫూర్తిని నింపిన బ్రతుకులు మనవి.

మరెందరో – గాడి తప్పిన వారిని నాడి తెలిసి నడిపించిన ప్రచార ప్రభంజనం మనది. అదే బాటలో ఓనాటి వైభవాన్ని పునః ఆవిష్కరించే

పవిత్ర కార్యంలో ఇదొక మేలుకొలుపు. మేలైన మంచి మలుపు. ప్రతి ఉషోదయాన్ని మంగళ ప్రదంగా ఉంచేందుకు పిలుపు. ఎదురయ్యే దోషాలపై ఇది సునాయాసంగా సాధించే గెలుపు అని భావించి, ఈ ఆడియో సి.డి.ని విడుదల చేస్తున్నాము.

ఆత్మబంధువులారా! మనం జీవిస్తున్న నీటి సమాజం ఎటు పోతోందో ఎవరికీ అర్థం గాని పరిస్థితి, ఎక్కడ చూచినా అన్యాయాలు, అధర్మాలు, అరాచకాలు, హింసలు. ఎవరెటు పోతున్నారో ఎవరికీ అర్థం కాదు.

మతి లేని ఆలోచనలు, గతి తెలియని గమనాలు. సుగతి ఏమిటో తెలిసిరాదు. దుర్గతి ఎందుకో అర్థం కాదు. అంతటా అపసవ్యమే. ఏది చూచినా అస్తవ్యస్తమే.

కారు చీకట్ల మధ్య కాంతిరేఖలా ఏదో ఆశారేఖ మెరుస్తోంది. మరేదో కార్యానికి శ్రీకారం చుట్టడం తక్షణ కర్తవ్యం అనిపిస్తోంది. వాస్తవం చెప్పాలంటే, ఇది కేవలం పని కాదు. శనిని తొలగించే కార్యము. మునులను స్మృతికి తెచ్చే కార్యము. ఇది మహర్షుల మార్గము. ప్రతి గృహము మంగళకరంగా శోభించేందుకు దివ్యమైన అవకాశము. ప్రతి గృహం లోను ఉషోదయం ఈ సి.డి.తో ఆరంభించ బడాలి. పలుకుల ముందు కేశవ నామాల మేలుకొలుపుల వరకు ఉంచ గలగాలి. అక్కడికి కేవలం ముప్పై నాలుగు నిముషాలు పడుతుంది. అంతే. ఈ అరగంట సి.డి. ప్రభావం రోజంతా మన మీద, మన గృహం మీద తన ప్రభావాన్ని చూపుతుంది.

ముఖ్యంగా ప్రతి రోజు నిత్యపూజలో సాగే కేశవ నామాలు అప్రయత్నంగా మన చెవిని పడతాయి. భగవన్నామాలతో గృహం మంగళకరంగా శోభిస్తుంది. మనకు ఏమి కావాలో భగవంతుని అర్థించే పద్ధతి నేర్పుతుంది. ఏది అనవసరమో దానిని బ్రతుకులో తొలగించుకొనే శక్తిని అనుగ్రహిస్తుంది. యుక్తిని ప్రసాదిస్తుంది.

ఆ తరువాత, అంటే ఈ వాక్యాలు కలిపి సి.డి. ఇంకా అర్థగంట ఉంటుంది. అది వినడం మీ సమయాలను, నియమాలను, ఆసక్తిని బట్టి ఉంటుంది. కాని, కేశవ నామాల మేలుకొలుపుల వరకు ప్రతిరోజు విని తీరాలి. ఇంటిలో భగవన్నామాలు ప్రతిధ్వనించాలి.

ఇది మన బ్రతుకుల్నే మార్చేస్తుంది. నడవడిని మలపు త్రిప్పుతుంది. ఇది భగవత్ప్రసాదం. అందరమూ వినియోగించు కోవాలి.

ప్రతి రోజు ఉదయం ఆరు గంటల నుండి ఆరున్నర వరకు మన పనుల మధ్య మనమున్నా, ఎలాగైతే అప్రయత్నంగా గాలిని పీలుస్తున్నామో, అలాగే వీనులలో ఈ మంగళ శబ్దాలు ప్రవేశించాలి. ఇదే జరిగితే, మన గృహమే దేవాలయ మవుతుంది. సమాజం దేవతల నిలయ మవుతుంది. దేశము ధర్మక్షేత్ర మౌతుంది. నేడు మన సమాజంలో విలయ తాండవం చేస్తున్న కురుక్షేత్రం అదృశ్య మవుతుంది. ఈ మహత్కార్యంలో భాగంగా, మొదట లక్ష గృహాలలో ఈ అక్షర దీపాన్ని వెలిగించాలని సంకల్పించాము. అతి చౌక ధరకు సి.డి.ని అందించాలని ఆకాంక్షించాం. విడుదల చేస్తున్నాం.

లోక కళ్యాణార్థం సాగే ఈ మహత్కార్యంలో మీరూ చేయి కలపండి. ఈ పుణ్య కార్యంలో భాగస్వాములు కండి. దివ్యానందాన్ని మీరు అనుభవించండి. ఆ భాగ్యాన్ని ఇతరులకు వితరణ చేయండి.

'ఓం నమో భగవతే వాసుదేవాయ' అనే ద్వాదశాక్షరీ మహామంత్రము లోని పన్నెండు అక్షరాలకు ప్రతిరూపంగా ప్రతి ఒక్కరు తమ ద్వారా కనీసం **12** సి.డి.లను సమాజం లోకి పంపే ప్రయత్నం చేయండి.

మనం జీవిస్తున్న సమాజాభ్యుదయానికి మన వంతుగా ప్రతి ఒక్కరం చేయదగిన మహత్కరమైన పుణ్య కార్యమిది.

సి.డి.లను జన్మదిన కానుకలుగా ఇవ్వొచ్చు. వివాహాలలో కానుకలుగా సమర్పించవచ్చు. శుభకార్యాలలో ప్రసాదాలుగా పంపిణీ చేయొచ్చు. చేయొచ్చు కాదు. చేయాలి. ఇక నడుం బిగించండి. భగవత్కృపకు పాత్రులు కండి. ***సా తరతి లోకాం స్తారయతి.*** మీరు తృప్తి చెంది తరించండి. లోకాన్ని తరింప చేయండి. *సర్వేజనాః సుఖినో భవన్తు!*

హనుమత్ప్రాతః స్మరణం

శ్లో ॥ భక్తార్తి భంజన దయాకర యోగివంద్య
శ్రీకేసరీ ప్రియతనూజ సువర్ణదేహ ।
శ్రీభాస్కరాత్మజ మనోంబుజ చంచరీక
శ్రీవీరధీర హనుమన్ తవ సుప్రభాతమ్ ॥

భక్తుల దుఃఖమును నివారించువాడు, దయామయుడు, యోగులచే పూజింపబడువాడు, కేసరీనందనుడు, బంగారు దేహకాంతి కలవాడు, శ్రీరాముని హృదయ కమలమున సదా చరించు తుమ్మెద, వీరుడు, ధీరుడైన హనుమంతునకు సుప్రభాతము.

ప్రాతః స్మరణ స్తోత్రం

శ్లో ॥ ప్రాతః స్మరామి హృది సంస్ఫురదాత్మ తత్త్వం
సచ్చిత్సుఖం పరమహంసగతిం తురీయమ్ ।
యత్స్వప్న జాగర సుషుప్త మవైతి నిత్యమ్
తద్బ్రహ్మ నిష్కల మహం న చ భూత సంఘః ॥

ఆత్మరూపము, సత్యజ్ఞానానంద స్వరూపము, పరమహంసల గమ్యము, తురీయము, అవస్థాత్రయమునకు సాక్షి, నిత్యము, నిష్కళము అగు బ్రహ్మమును నేనే. పాంచభౌతికమైన దేహమును నేను గాను అని ప్రభాత సమయాన హృదయంలో స్మరిస్తున్నాను.

శ్లో ॥ ప్రాతర్భజామి మనసా వచసామ గమ్యం
వాచో విభాన్తి నిఖిలా యదనుగ్రహేణ ।
యన్నేతి నేతి వచనైః నిగమా అవోచుః
తం దేవ దేవం అజ మచ్యుత మాహురగ్ర్యమ్ ॥

మనోవాక్కులకు అందనివాడు, ఎవరి అనుగ్రహంతో సమస్త వాక్కులు వ్యక్తము లగుచున్నవో అట్టివానిని ప్రాతః కాలమున కీర్తించు చున్నాను. ఎవరిని శ్రుతిమాత 'ఇది కాదు - ఇది కాదు' అని వర్ణించినదో అట్టి వానిని ఋషులు దేవదేవుడని, పుట్టుక లేనివాడని, నాశ మెరుగని వాడని, ఆదిదేవుడని వర్ణించారు.

శ్లో ॥ ప్రాతర్నమామి తమసః పరమర్క వర్ణం
పూర్ణం సనాతన పదం పురుషోత్త మాఖ్యమ్ ।
యస్మిన్నిదం జగదశేష మశేష మూర్తౌ
రజ్జ్వాం భుజంగమ ఇవ ప్రతిభాసితం వై ॥

అవిద్యాతీతము, ఆదిత్య ప్రభా సదృశము, పూర్ణ స్వరూపము, శాశ్వతము అయిన పురుషోత్తమాఖ్య పరమాత్మను ప్రభాత సమయాన నమస్కరించు చున్నాను. సమస్త నామరూపాలు తన స్వరూపముగా కలిగిన ఆ పరబ్రహ్మము నందు ఈ ప్రపంచ మంతయు రజ్జువు నందు సర్పము వలె భాసించు చున్నది.

శ్లో ॥ శ్లోకత్రయ మిదం పుణ్యం లోకత్రయ విభూషణమ్ ।
ప్రాతః కాలే పఠేద్యస్తు స గచ్ఛేత్ పరమం పదం ॥

ముల్లోకాలకు అలంకారయుతమైన ఈ శ్లోక త్రయమును ఎవరైతే ప్రాతః కాలమున పఠిస్తారో వారు మోక్షమును పొంది తరిస్తారు.

ఇతి శ్రీ శంకర భగవత్పూజ్యపాద విరచితం ప్రాతః స్మరణ స్తోత్రమ్

దేవీ ప్రాతః స్మరణం

శ్లో ॥ కరాగ్రే వసతే లక్ష్మీః
కరమూలే సరస్వతీ! ।
కర మధ్యేతు గోవిందః
ప్రభాతే కరదర్శనం ॥

చేతివేళ్ళ చివర లక్ష్మీదేవి వసిస్తున్నది. మణిబంధము వద్ద శారద శోభిస్తున్నది. అరచేతిలో అచ్యుతుడైన గోవిందుడే ఉన్నాడు. కనుక ప్రభాత సమయాన భక్తితో అరచేతిని దర్శించాలి.

శ్లో ॥ సముద్ర వసనే దేవి
పర్వత స్తన మండలే ।
విష్ణుపత్ని నమస్తుభ్యం
పాద స్పర్శం క్షమస్వ మే! ॥

సప్తసాగరాలను వస్త్రముగా ధరించిన తల్లీ, కుచములే కొండలుగా ధరించి

శోభించు జననీ, విష్ణుసతీ - అమ్మా! భూదేవీ! నా పాదాలతో నిన్ను స్పృశిస్తున్నందుకు క్షమించు తల్లీ!

శ్లో ॥ ప్రాతర్నమామి లలితా చరణారవిందం
భక్తేష్టదాన నిరతం భవసింధు పోతమ్ ।
పద్మాసనాది సురనాయక పూజనీయం
పద్మాంకుశ ధ్వజ సుదర్శన లాంఛనాఢ్యమ్ ॥

భక్తుల కోర్కెలను తీర్చుట యందు సదా ఆసక్తి కలిగి సంసార సాగరమును దాటించుటలో దివ్య నౌకయై, బ్రహ్మాది దేవతలచే ఆరాధింపబడుచు, పద్మము, అంకుశము, ధ్వజము, చక్రము వంటి రేఖలతో కూడుకొని శోభించుచున్న లలితాదేవి చరణకమలమును ప్రాతఃకాలమున నమస్కరించు చున్నాను.

లక్ష్మీం క్షీరసముద్ర రాజ తనయాం శ్రీరంగ ధామేశ్వరీం
దాసీ భూత సమస్తదేవ వనితాం లోకైక దీపాంకురాం ।
శ్రీమన్మంద కటాక్ష లబ్ధ విభవ బ్రహ్మేంద్ర గంగాధరాం
త్వాం త్రైలోక్య కుటుంబినీం సరసిజాం వందే ముకుంద ప్రియామ్॥

సాగరుని పుత్రిక, శ్రీరంగ పురవాసిని, సమస్త భక్తజనులకు జ్యోతి బీజమైన లక్ష్మీదేవి, తమ క్రీగంటి చూపుతో బ్రహ్మ ఇంద్ర మహేశ్వరులకు

వైభవమును ప్రసాదించునది, ముల్లోకములకు జనని, పద్మము నుండి పుట్టినది, ముకుందునికి ప్రియమైన తల్లియైన లక్ష్మీదేవికి ప్రణామము.

ఓం శుక్లాం బ్రహ్మవిచార సార పరమాం
ఆద్యాం జగద్వ్యాపినీం
వీణా పుస్తక ధారిణీం అభయదాం
జాడ్యాంధకారాపహా
హస్తే స్ఫాటికమాలికాం విదధతీం
పద్మాసనే సంస్థితాం
వన్దే తాం పరమేశ్వరీం భగవతీమ్
బుద్ధిప్రదాం శారదామ్ ॥

ఉత్కృష్టమైన బ్రహ్మ విచార సారరూపిణి, ఆదిదేవి, యావత్ప్రపంచ మంతయు వ్యాపించునది, వీణను, పుస్తకమును హస్తము నందు ధరించిన తల్లి, అభయ ప్రదాయిని, జడత్వమనే తిమిరమును హరించునది, స్ఫటిక మాలను హస్తము నందు ధరించి, పద్మాసనమున కూర్చొని, దివ్య శ్వేతాంబర ధారిణియై, జ్ఞానప్రదాయినియైన భగవతి శారదామాతకు నమస్కారము.

శ్లో ॥ నమస్తులసి కళ్యాణి
నమో విష్ణుప్రియే శుభే ।
నమో మోక్షప్రదే దేవి
నమః సంప త్ప్రదాయిని ॥

కళ్యాణరూపిణి యైన తులసిమాతకు వందనము. శుభరూపిణీ, విష్ణుప్రియ అయిన తులసిమాతకు వందనము. సంపదను, మోక్ష సంపదను అనుగ్రహించు తులశమ్మకు ప్రణామము.

ఓం పూర్ణమదః పూర్ణమిదం
పూర్ణాత్పూర్ణ ముదచ్యతే ।
పూర్ణస్య పూర్ణమాదాయ
పూర్ణమేవా వశిష్యతే ॥
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

మేలుకొలుపు

(మనసైన పిలుపు - మంగళ మలపు)





సుందర చైతన్యాశ్రమం
హైదరాబాద్ - 500 043

గీతం - గాత్రం - సంగీతం
స్వామి సుందర చైతన్యానంద